

	月	火	水	木	金	土	日
午前			1 キャリア相談	2 キャリア相談	3 キャリア相談	4 休館日	5 休館日
午後			キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談		
午前	6 PC 講座	7 キャリア相談	8 キャリア相談	9 キャリア相談	10 キャリア相談	11 休館日	12 休館日
午後	キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談		
午前	13 キャリア相談	14 キャリア相談	15 キャリア相談	16 ボイトレ (ボイストレーニング)	17 GATB (一般職業適性検査)	18 休館日	19 休館日
午後	こころの相談	出張相談 ハローワーク延岡	出張相談 ハローワーク日向	キャリア相談	キャリア相談		
午前	20 キャリア相談	21 キャリア相談	22 キャリア相談	23 キャリア相談	24 キャリア相談	25 休館日	26 休館日
午後	キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談	キャリア相談		
午前	27 サポステ内 ジョブトレ	28 月末セミナー	29 休館日 (昭和の日)	30 キャリア相談			
午後	キャリア相談	キャリア相談		キャリア相談			



働きたいあなたの就職サポート窓口



みやざき若者サポートステーション サポステ・プラス

ホームページ

Instagram

宮崎本部
0985-25-4345
宮崎市老松1丁目4-21
Kビル2F

サテライト都城
0986-36-6510
都城市東町4-30

サテライト延岡
0982-37-1190
延岡市土々呂町4390-1
延岡市職業訓練支援センター1F



SAPOSUTE.MIYAZAKI

みやざきサポステは働くことに踏み出したい 15歳から49歳までの方の職業的自立を目的とし、厚生労働省が県との協働により設置した就職支援機関です

ボイトレ～話し方教室(オンライン)に参加しませんか

4月16(木)10:00~11:30

明るく印象の良い話し方はできていますか?話し方の専門家によるこのセミナーで、自信をつけてみましょう。面接や、働く中でのイメージアップに役立ちます。
Zoom を使ったのセミナーです。今やZoom は、就職面接や入社後のミーティングでも活用されています。この機会にチャレンジすると要領を掴むこともできますのでおすすめです。

キャリア相談

随時行っております

自己理解・目標設定・計画

応募書類作成・面接対策

専門の相談員が一人ひとり
丁寧に対応します

※要事前予約

GATB (一般職業適性検査)

どういった職業に適性があるのかを
能力として測る検査です。
適職探しの参考にしてみませんか?

4月17日(金)10:00 集合厳守

10:15~12:00 検査

12:00~13:30 昼食

13:30~15:00 振り返り

ハローワーク出張相談

★日向 4月15日(水)

★延岡 4月14日(火)

場所:相談室

時間:13:00~16:00

※事前の申込をお願いします

こころの相談

希望者に応じて設定

就労に向けてのこころの悩みを
相談できる時間です。

4月13日(月) 13:00~

※要事前予約

職業レディネス・テスト(VRT)

職業の興味領域や、基礎的志向性(日常生活から見られる価値観)を知ることができます。

※中・高生、学生、若年層向け

※随時受付中(ご相談ください)

eラーニングパソコン

4月6日(月) 10:00~

場所:サポステ

パソコン操作を学びたい方に
おすすめの講座です。

月末セミナー

4月28日(火)10:00~12:00

今月の振り返りと来月の予定を立て、
就活に役立つ楽しいセミナーを行います。
利用者は**参加必須**です。

Zoom で参加できる!

ボイトレ<<話し方教室>>

4月16日(木) 10:00~12:00

面接をはじめ、日常や仕事の

さまざまな場面で役立つ話し方の教室です

就労体験を通して、 働くことの第一歩を踏み出します

ジョブトレ チラシ発送事務

4月27日(月) 10:00~12:00

場所:サポステ

来月号のチラシを関係機関に発送する
事務作業を体験します。

サポステでは、履歴書、職務経歴書、
ジョブカードの作成や面接指導等、
必要に応じたサポートを
随時おこなっております。

